

# Rozważania o Ciężarze w Tańcu Współczesnym

Wyobraź sobie, że tańczysz lekko, a Twój ruch jest precyzyjny i niewymuszony.

Wyobraź sobie, że wiesz dokładnie jak efektywnie przenosić ciężar ciała, jak wykorzystać punkty podporu w tańcu i jak ekonomicznie wykorzystywać siły – te, którymi dysponujesz tańcząc i te, które oddziałują, podczas kiedy tańczysz.

Zrób krok, ku wyobraźni - **26 i 27 stycznia 2013** odbędą się warsztaty, na których trzech uznanych pedagogów tańca współczesnego pokaże i opowie o tym, co łatwo ująć w słowa, a trudno wykonać:

- **Witold Jurewicz – Teatr Tańca Alter,**
- **Katarzyna Chmielewska – Teatr Dada von Bzdülöv**
- **Karolina Krocak – Teatr Tańca Zawierowania, HUG Company, EDS**

## Będziemy pracować w następującym trybie:

Sobota / Niedziela

Godziny/Prowadzacy	Witold Jurewicz	Karolina Krocak	Katarzyna Chmielewska
<b>SALA</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
<b>10:00 – 12:00</b>	Grupa A	Grupa B	Grupa C
<b>12:15 – 14:15</b>	Grupa C	Grupa A	Grupa B
<b>14:15 – 15:30</b>	PRZERWA		
<b>15:30 – 17:30</b>	Grupa B	Grupa C	Grupa A

**GRUPA A** – początkująca - tu zapraszamy osoby:

- zainteresowane poznaniem tańca współczesnego,
- pragnące poznać możliwości własnego ciała,
- pragnące rozwinąć swój potencjał twórczy oraz zająć do świata teatru tańca,
- biorące udział w zajęciach z techniki tańca współczesnego od 6 mies. do 1 roku,
- uczestniczące w warsztatach z tańca współczesnego od 6 mies. 1 roku.

**GRUPA B** – średniozaawansowana - tu zapraszamy osoby:

- posiadające podstawową świadomością własnego ciała,
- posiadające podstawową znajomością nomenklatury tańca współczesnego,
- biorące stały udział w zajęciach z techniki tańca współczesnego od min. 2 lat,
- uczestniczące regularnie w warsztatach z tańca współczesnego od min. 2 lat,

**GRUPA C** – zaawansowana - tu zapraszamy osoby:

- posiadające bardzo dobrą znajomość nomenklatury tańca współczesnego,
- posiadające wysoką świadomość własnego ciała,
- biorące stały udział w zajęciach z techniki tańca współczesnego od min. 4 lat,
- uczestniczące regularnie w warsztatach technik tańca współczesnego w kraju i za granicą od min. 4 lat,
- mające za sobą udział w spektaklach i/lub projektach tańca współczesnego

## Koszt warsztatów:

- rejestracja i wpłata do 18.01.2013 – 280.00 PLN
- rejestracja i wpłata od 19.01.2013 – 350.00 PLN

## Zapisy:

Wszelkie informacje na temat zapisów znajdują się w Regulaminie warsztatów.

## Noclegi:

Pomagamy zorganizować noclegi osobom spoza Warszawy. Szczegóły w Regulaminie warsztatów.

# Rozważania o Ciężarze w Tańcu Współczesnym

## PEDAGODZY:

### WITOLD JUREWICZ /Teatr Tańca ALTER/



Nauczyciel tańca, choreograf, reżyser, performer, wykładowca Akademii Muzycznej w Łodzi (kierunek choreografia), PPSKAK w Kaliszu i kursów instruktorskich w całym kraju. Założyciel, dyrektor artystyczny i choreograf Teatru Tańca ALTER.

W latach 1992-2008 dyrektor artystyczny Międzynarodowych Prezentacji Współczesnych Form Tanecznych w Kaliszu. Autor programu Tańca Współczesnego, Teorii Ruchu i Kompozycji zatwierdzony przez Ministerstwo Kultury i Sztuki. Twórca techniki ruchu wykorzystującej punkt podparcia jako podstawę do ruchu zgodnego z indywidualną motoryką ciała.

Współpracuje z teatrami dramatycznymi w całej Polsce. Bierze udział w licznych projektach tanecznych i teatralnych. Prowadzi warsztaty w kraju i za granicą.

*W ramach warsztatu skupimy się na ćwiczeniach, których celem będzie uzmysłowienie sobie sił ciągu i pchania w zależności od punktu lub punktów podporu.*

*Kombinacje ruchowe w całych swoich rozciągłościach - bez przerwy pozwolą badać ciężary poszczególnych części ciała i umożliwią szybsze zrozumienie zależności oddalenia środka ciężkości ciała od punktu podporu. Wszystkie kombinacje uczyć będą ekonomii ruchu w zakresie zadanej motoryczności ruchowej.*

### KATARZYNA CHMIELEWSKA /Teatr DADA VON BZDÜLÖW/



Tancerka, choreograf, nauczyciel tańca. Współzałożycielka Teatru Dada von Bzdülów. Od 2008 do 2012 Prezes Stowarzyszenia Teatr Dada von Bzdülów.

W 1993 ukończyła Państwową Szkołę Baletową w Gdańsku; w 1996-1997 studiowała taniec współczesny w P.A.R.T.S. w Brukseli. Współpracowała dotychczas z Państwową Operą Bałtycką w Gdańsku (1993-1994), Gdańskim Teatrem Tańca (1994-1995), Teatrem Miejskim w Gdyni (1997-2000), Klubem Żak w Gdańsku (2000-2008), Teatrem Wybrzeże w Gdańsku. Od 1993 współtworzy Teatr Dada von

Bzdülów, gdzie w ramach swej pracy artystycznej prowadzi lekcje techniki tańca współczesnego i improwizacji, a także realizuje autorskie choreografie oraz współtworzy i występuje w większości przedstawień: m.in. *Magnolia* (2003), *Kilka Błyskotliwych Spostrzeżeń* (2004), *Eden* (2006), *Faktor T* (2008), *Czerwona Trawa* (2009), *Caffè Latte* (2009), *Le Sacre* (2010), *Fruu* (2011), *Duety Nieistniejące* (2011) Współtworzy spektakle we współpracy z innymi choreografami, m.in. Melisą Monteros (*Kolizje*, 1995, *Odejścia*, 1996), Avi Kaiserem (*In the Body*, 1999), Tatianą Baganową (*Papugaj*, 2000), Roberto Olivanem (*Natural Strange Days*, 2001), Chiharu Mamiya-Jędrzejewską (*Karnacja*, 2007). Realizuje choreografie i ruch sceniczny dla wielu teatrów dramatycznych. Od lat prowadzi liczne warsztaty w Polsce i za granicą.

*W trakcie warsztatu z techniki i improwizacji zgłębiać będziemy rolę ciężaru w ruchu oraz badać jego bezpośredni wpływ na jakość i dynamikę tańca, wykorzystując w tym celu podstawy "zero balancing", techniki "release" oraz improwizacji.*

*Celem warsztatów będzie zintegrowanie energii płynących w ciele do większej ekonomii ruszania się oraz lepszej jakości i świadomości ciała. Technika wykorzystywana w trakcie zajęć jest wypadkową wielu technik i moich doświadczeń zebranych podczas 20 letniej pracy w Dada oraz poprzez inspirujące spotkania z wieloma choreografami, tancerzami i reżyserami teatralnymi.*

# Rozważania o Ciężarze w Tańcu Współczesnym

## **KAROLINA KROCZAK /Teatr Tańca ZAWIROWANIA, HUG Company, EDS/**



Tancerka, choreograf, pedagog wielu technik, w tym tańca współczesnego, physical modern, release modern, contemporary.

Jako tancerka i choreograf pracuje w Teatrze Tańca Zawirowania („Zbliżenia”, „Innocent when you dream”, „Fuera de Campo”, „Chopin Ambiente”, „Nic tylko błękit”).

W latach 2005 - 2007 brała udział w edukacyjnym projekcie Śląskiego Teatru Tańca (Wyższa Szkoła Sztuk Performatywnych). W 2009 roku jako choreografka i II reżyser zrealizowała spektakl z tancerzami programu „Taniec z Gwiazdami” pt. „Lady Fosse” (Teatr Capitol). Od 2010 roku Karolina Krocza jest choreografką programu „You can Dance - po prostu tańcz” w zakresie technik taniec współczesny i modern. W 2011 roku w Teatrze Stara Prochoffnia odbyła się premiera jej autorskiego spektaklu „Tropiciele” (koprodukcja Egurrola Dance Studio i Scena Współczesna) w wykonaniu młodych polskich tancerzy. W tym samym roku otrzymała zaproszenie do prezentacji solo wg własnej choreografii pt. „Netka” (wyk. Anna Regulska) w konkursie w Budapeszcie (Solo-Duo Dance Festival). W roku 2012 także w Teatrze Stara Prochoffnia w ramach festiwalu teatrów tańca Zawirowania miał miejsce przedpremierowy pokaz nowego spektaklu „Rzeczy, rzeczy, rzeczy” w jej reżyserii, choreografii i wykonaniu.

*Temat warsztatów będziemy realizować badawczo oraz poprzez frazy ruchowe. Zajmiemy się wpływem ciężaru poszczególnych części ciała na przebieg i dynamikę ruchu. Skupimy się na tym jak maksymalizować efektywność ruchu przy użyciu ciężaru poszczególnych części ciała.*